IH クッキングヒーター

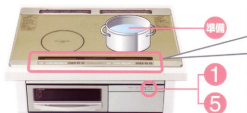
カンタンご使用ガイド

詳しくは「取扱説明書」をご覧ください。
→P.○○ このマークは「取扱説明書」の記載ページです。

材質と形状で使える鍋・使えない鍋などを確認する →P.12

お知らせ　IHヒーターには、財団法人製品安全協会の S IH または S CH·IH マークの付いた鍋をおすすめします。

IHヒーターで使える鍋を確認する →P.13

お願い　アルミ鍋・銅鍋は水と合わせて重さ約1kg以上にしてください。左・右どちらのIHヒーターでも確認できます。

- **準備** 確認する鍋に水(約200mL)を入れ、IHヒーターの中央に置く
- **1** 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**
- **2** 中火 を押す
- **3** 切/スタート を押し、**火力表示を見る**
- **4** 確認が終わったら 切/スタート を押し、**通電を切る**
- **5** 続けて使わないときは 電源 切/入 を押し、**電源を切る**

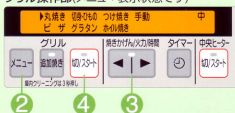
使える鍋・使えない鍋の表示

○ 使える鍋は、火力バーが点灯し、加熱がスタートします。

✕ 使えない鍋は、表示部が赤に変わり、火力バーが交互に点灯し「鍋確認」を表示します。

交互に点灯
高温注意 鍋確認
「鍋確認」表示

「鍋確認」表示から約30秒後にメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

IHヒーター・グリルの操作手順

IHヒーターの操作（お好み調理）

準備 材料を入れた鍋を IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 とろ火｜弱火｜中火｜強火

希望の火力を押し、**ランプを点灯させる**

3 切/スタート を押し、**通電する**

▼

調理する

4 調理が終わったら 切/スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは 電源 切/入 を押し、**電源を切る**

■IHヒーターで揚げものをする →P.18、19

■IHヒーターで保温をする →P.20

■IHヒーターで自動湯わかしをする →P.21

■IHヒーターで自動炊飯をする →P.22、23

グリルの操作（自動調理）

準備 材料を焼網の上に載せ、グリルドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**希望のメニューの位置に「▶」マークを点灯させる**

3 ◀|▶ を押し、**食材に適した焼きかげんを設定する**

4 切/スタート を押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら終了です。

▼

焼き色がうすいときは、追加焼きをする →P.30

5 続けて使わないときは 電源 切/入 を押し、**電源を切る**

■グリルで手動調理をする →P.28、29

お願い

●受皿には、水、アルミホイル・クッキングシート・オーブンシートなどを入れないでください。

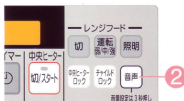
音声ガイドの使いかた

●調理終了時や、エラー表示が出たとき、音声でわかりやすくお知らせします。 ➔ P.32

前面操作パネル

レンジフード 切 運転弱/中/強 照明

タイマー 中央ヒーター 切/スタート 中央ヒーターロック チャイルドロック 音声 ②

音量設定は3秒押し

音量を設定する

① 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

② 音声 **を3秒間押す**

音声 を押し、**希望の音量を選ぶ、**

希望の音量で3秒経過するとセット完了

音声を聞き直す

音声を聞き直したいときは

音声 **を押す**　直前の音声の内容が流れます。

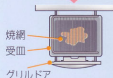
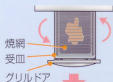
音量設定時の表示

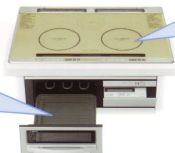
「▮▮▮」(音量「大」)
「▮▮」(音量「中」)
「▮」(音量「小」)
「　」(音声「切」)

基本のお手入れ

●ご使用のたびにお手入れしてください。 ➔ P.34~37
●お手入れは、電源を切り、十分に冷えてから行ってください。

受皿・焼網

脂や汁がたまっている受皿の両側をしっかり持ち、ゆっくりこぼれないように90度回転させます。

受皿の脂や汁がこぼれないようにゆっくり持ち上げて外してください。

●受皿・焼網は薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

トッププレート

●軽い汚れ

絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

●油汚れ

台所用洗剤(中性)を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

●落ちにくい汚れ

クリームタイプのみがき粉を丸めたラップにつけてこすりとる。

●それでも落ちないときは

市販のセラミック用スクレーバーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取る。

お知らせ

●ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粒子の粗いみがき粉は使わないでください。
●金属のたわし・スポンジのナイロン面でこすらないでください。
●酸性・アルカリ性の強い洗剤(漂白剤、住宅用合成洗剤など)は使わないでください。
●しょうゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。
●鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。

魚焼き調理のこつ

材料の温度、大きさ、置く位置によって、焦げ目がつきにくい場合があります。焼き色が薄いときは追加焼きをしてください。

準備

■冷凍してある魚はよく解凍する

●魚の内部が冷たいと中まで火が通りにくく、焼き不足になることがあります。

■塩焼きにする場合の塩の目安は、
中くらい（80g～100g）の魚5尾に対して、小さじ1程度ふる

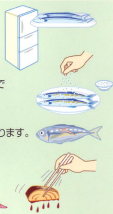
●塩をふる量が多いと、焼き色が濃くなります。お好みにより「焼きかげん」キーで調節してください。

■厚みのある魚は皮に切れ目を入れる

●厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になることがあります。

■つけ焼きのたれはよく落とす
（みそ漬、かす漬けの厚くついているみそやかすは取り除く）

●たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。
お好みにより「焼きかげん」キーで調節してください。

■焼網よりも大きな魚は、焼網に載る大きさに切る

■尾を手前に向ける

●グリルの手前（ドア側）は尾など薄い部分が焦げすぎないように温度を低くしています。

■少量（1尾～2尾）を焼く場合は魚を斜めに置く

●ヒーターの形状により置く位置で焼き色がつきにくい場合があります。
特に少量（1～2尾）の場合は、斜めに置くとヒーターの熱が均等にあたり、焼き色がつきやすくなります。

魚焼き自動調理の目安

目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。

メニュー	つけ焼き			切身・ひもの			丸焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
調理の目安		ぶりのつけ焼き（しょうゆ漬け） [約100g]5切れ （約12～13分） 焼きとり（たれ焼き） [約50g]8本 （約13～16分）	さわらの西京漬け（みそ漬け、かす漬け） [約100g]5切れ （約13～15分） 焼きとり（塩焼き） [約50g]8本 （約15～18分）	はたはた [約25g]5尾 （約14～18分） めざし [約25～30g]5尾 （約12～15分） ししゃも [約20g]5尾 （約13～15分）	さんまの一夜干し [約110g]2枚（約16～18分） 塩鮭 [約80g]5切れ （約14～15分） さばの切身 [約80～100g]5切れ （約16～20分） あじの開き [約100g]2枚 （約14～15分）		塩さんま（塩蔵品） [約180g]1～5尾 （1尾:約16～18分） （5尾:約23～25分） はたはた（生） [約30g]5尾 （約15～20分）	さんまの塩焼き [約180g]1～5尾 （1尾:約16～18分） （5尾:約23～25分） あじの塩焼き [約130g～180g] 1～5尾（1尾:約16～18分） （5尾:約23～25分） いさき [約230g]2尾 （約20～25分） 鯛の塩焼き [約200～400g]1尾 （約15～18分）	鯛の塩焼き [約400g以上]1尾 （約18～22分）

※自動調理の焼きあげ強さは、「つけ焼き」＜「切身・ひもの」＜「丸焼き」の順に強くなっています。

[　]は1尾（切れ）あたりの重さです。（　）は調理時間の目安です。

グルメ調理のこつ

材料の温度、大きさ、置く位置によって、焦げ目がつきにくい場合があります。焼き色が薄いときは追加焼きをしてください。

準備

■冷凍食品は冷凍のまま調理する

■冷凍ピザや冷蔵ピザは、包装を外し、アルミホイルをピザのまわりにそって折り曲げてください。

■冷凍グラタンは、包装を外し、アルミケース皿のまま入れる
（電子レンジ用のプラスチック容器の冷凍グラタンは、焼くことができません。）

■焼き豚などの中まで火をとおすメニューは、食材の厚さを4cm以下にする

グリルに入れる

■グリルへの置き方は下図のようにし、網の中央に載せてください。

●ピザ
手前側

●グラタン1皿

手前側

●グラタン2皿

手前側

●ホイル焼き1個

手前側

●ホイル焼き2個

手前側

グルメ自動調理の目安

目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。

メニュー	ピザ			グラタン			ホイル焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
調理の目安		冷凍ピザ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚（約15～18分） 冷蔵ピザ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚（約14～17分） 手作りピザ［1枚 直径約26cm 約300g］1枚（約15～18分）			冷凍グラタン［1皿 約240g］2皿（約24～27分）			鶏手羽先のつけ焼き［1本 約60g］6～8本（約20～23分） ピリ辛ウィング［1本 約60g］6～8本（約21～23分） 鮭のホイル焼き［1個 約150g］1～2個（約21～23分） ローストビーフ［1本 約300g］1本（約16～20分）	鶏のハーブ焼き［1枚 約250g］1～2枚（約21～23分） 焼き豚［1本 約150g］1本（直径3～4cm）（約21～23分）

※自動調理の焼きあげ強さは、「ピザ」＜「グラタン」＜「ホイル焼き」の順に強くなっています。

［　］は1枚（皿・本）あたりの重さです。（　）は調理時間の目安です。

故障かなと思ったら

こんなときは故障ではありません、次のことをもう一度確認してください。

詳しくは取扱説明書をご覧ください。→ P.38～42

現　象	原　因
ステンレス板を底部に貼り合わせたアルミ鍋を左・右IHヒーターで通電すると火力が弱くなることがある。 → P.38	●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせたアルミ鍋はステンレス板の面積が少なくなるため、アルミの小鍋と判断して火力が弱くなることがあります。
鍋底の直径が小さかったり、鍋底が反っている鍋は、火力が弱くなることがある。 → P.38	●ホーロー鍋やステンレス鍋については、鍋底の直径が12～26cmのもので、鍋底の反りが3mm以下のものをご使用ください。 ●アルミ鍋や銅鍋については、鍋底の直径が15～26cmのもので、鍋底の反りが1mm以下のものをご使用ください。
アルミ鍋、アルミフライパンは、火力が弱くなる。 → P.38 → P.40	●アルミ鍋・銅鍋は鉄鍋に比べて、約20～30%火力が弱くなります。 ●特に重量が軽いフライパン・片手鍋・雪平鍋はバランスが悪く、動いたり、火力がかなり弱くなるものがあります。鍋と調理物の合計重量を約1kg以上にしてお使いください。
左・右IHヒーターで火力が違う → P.38	●同じ鍋でも、左・右のIHヒーターで火力の異なる場合があります。また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合があります。
本体から音がする。 → P.38 → P.39 → P.40	●機体内部を冷やすために冷却ファンの回転を設定火力に合わせて変えています。　設定火力が大きいときは高速回転するため冷却ファンの風切り音が大きくなります。 ●電源を入･切すると、内部電気部品のスイッチの作動音がします。 ●本体内部冷却のために、冷却ファンが約10分間回ることがあります。異常ではありません。冷却ファンの回転は途中で弱くなり、自動的に止まります。
左・右IHヒーターで加熱中に鍋から、ジー音、カチカチ音がする。 → P.40	● IHヒーターの磁力線によって鍋が振動するためで、製品の異常ではありません。そのままご使用ください。
グリルの排気カバーから出た水蒸気が壁面に結露することがある。 → P.41	●調理時に吸・排気カバーから出る水蒸気などが壁面につき、水滴になることがありますので、ふきんなどでふき取ってください。

お願い

土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器は使わないでください。 → P.38	●「IHで使える」と表示している土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも、形状によってはクッキングヒーターが故障したり、鍋が割れたりする場合がありますので、使わないでください。 ● IHヒーターには、財団法人製品安全協会の S IH または S CH·IH マークの付いた鍋をおすすめします。